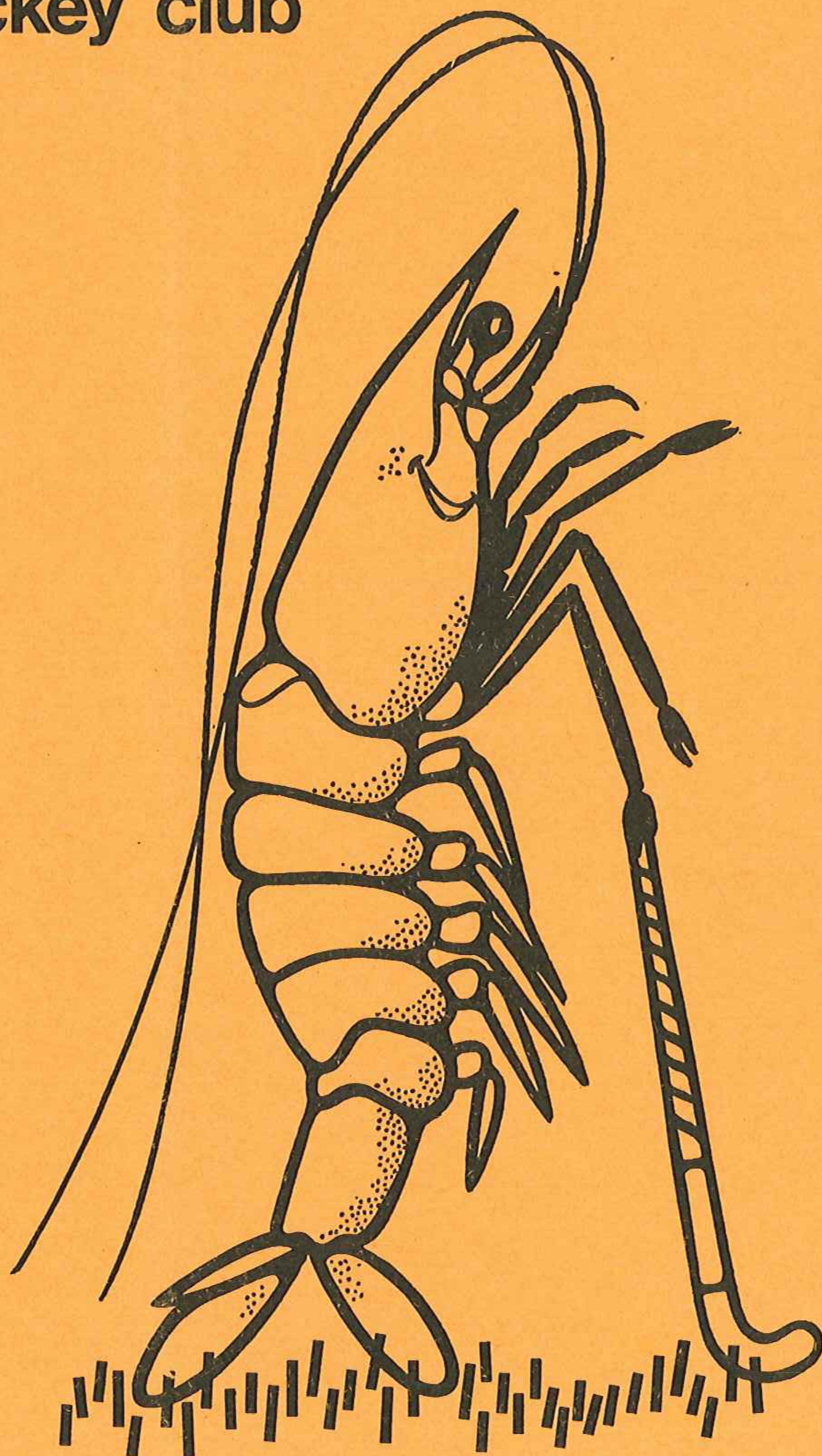
75/76

9

# „DE GARNAL"

**clubblad
van de zandvoortsche
hockey club**



# DE GARNAEL

CLUBBLAD VAN DE ZANDVOORTSCHE HOCKEYCLUB
**Verschijnt wekelijks van eind augustus tot juni**

REDAKTIE: (tot eind september 1975) J. van den Bergen, Mr. Troelstrastraat 8, tel. (02507) 4511.
VOORZITTER: D. Muller, Julianaweg 5, Zandvoort, telefoon: (02507) 23 34
SEKRETARIAAT: mevr. M. van den Bergen, Mr. P. J. Troelstrastraat 8, telefoon (02507) 45 11
PENNINGMEESTER: H. van Ekeren, Dr. C. A. Gerkestraat 76, Zandvoort, telefoon: (02507) 53 08
Postrekening 33 67 60 t.n.v. penningmeester Z.H.C.
N.M.B. 67.11.62.977. Rabobank 3263.49.650.

WEDSTRIJDSEKRETARIAAT:
Senioren: mevr. R. Gatsonides, Prof. Kouwerstraat 42, Haarlem, tel. (023) 33 15 19
Junioren: meisjes: Sonja Scholten, Gen. Winkelmanlaan 4, Aerdenhout, tel. (023) 24 32 71
Junioren: jongens: René Scholten, Gen. Winkelmanlaan 4, Aerdenhout, tel. (023) 24 32 71
Aspiranten: mevr. T. E. Lindeman-Vrijaldenhoven, Dr. de Visserstraat 9, Zandvoort telefoon: (02507) 32 24

AFZEGGEN: senioren heren: bij de coach; evtl. aanvoerder
senioren dames: bij de coach; evtl. aanvoerster
junioren jongens: bij hun coach
junioren meisjes: bij hun coach
Aspiranten:
meisjes en jongens: mevr. T. E. Lindeman-Vrijaldenhoven, Dr. de Visserstraat 9, Zandvoort telefoon: (02507) 32 24

41e Jaargang Nr. 9
20 oktober 1975.

ZO MAAR

Wij zijn nogal eens geneigd het bestuur te onderschatten, maar mooi dat ze op zondag, 19 oktober toch weer voor fraai hockeyweer hebben zorggedragen, zodat de meesten van ons di-do-dartelend op de diverse velden konden ronddraven. Dat hebben wij dus weer fraai voorzien hè op zo'n ledenvergadering door zo'n subliem bestuur alle mandaat te geven, die we maar konden overdragen ! En liepen ze bol-rond trots rond vanwege alle overkoepelende sublimiteiten waartoe zo'n (half) zonnige hockey zondag ons in staat stelde ? Welnee !
Eén bestuurslid dartelde zelf voor het eerst sinds vele weken met stick en steun-kniekous tussen zijn mede.oude-makkertjes, daarmee mede bereikend dat de oude internationalen van Laren een schattige middag beleefden (zie de uitslagen !). Een ander roemrucht leider was heerlijk met vakantie en kon zodoende niet meemaken, dat zijn dicipelen tegen een gevreesd ploegje Vanderlouwsen meer bereikten dan enkele weken terug onder zijn door-gefronste wenkbrauen omfloerste sombere ogen.
Een derde lid van het hoogste college benutte de gedwongen non-activiteit van haar (mede-)-kostwinner om met hem een comeback voor te bereiden zo dicht mogelijk onder de ogen van de coach van het derde dameselftal, immer een redelijke propositie voor een rentree! Geheel toevallig hebben we hiermee het dagelijks bestuur behandeld, maar we nemen dolgraag aan dat de zogeheten commissarissen even verantwoordelijk waren voor waartoe ieder in staat werd gesteld: zij vielen toevallig buiten onze scope deze dag doch ongetwijfeld was er één debet aan een 13-0 winst ergens "uit", een tweede had mogelijkerwijs de hand aan de Ploeg, een derde mocht in ieder geval zaterdag onze "bruid van de Week" Odette een ZHC-presentje aanbieden en de vierde was als immer reeds om 9.15 u. op zondagochtend aanwezig bij de Jaap/Jan/Jeugdtraining en bleef tot na vieren, aangezien hij van laag tot hoog dochters heeft rondlopen!
Lieve lezers, beste mensen, denk niet dat dit badinerend gedoe tot doel heeft zo'n geacht college met lage bedoelingen te ontkleden! Welnee, we gebruikten hen slechts als resultante van allerlei activiteiten, waaraan zo'n hockey-gemeenschap onderhevig kan zijn: niet slechts hockey , ook met andere zaken, want ons spel is natuurlijk niet alleen zaligmakend. Maar veel mogelijkheden geeft het wel. En daarvan maakten we toch weer fijn gebruik.

v.d.B.

UITSLAGEN Senioren 20 oktober.

| | | | |
|---|---|---|---|
| Dames I | - | Rotterdam I | 3-0 |
| Dames 3 | - | Kraaien 2 | 2-1 |
| Heren I | - | Strawberries | 2-2 |
| Heren 3 | - | Bloemendaal 9 | 2-2 |
| Randwijck9 | - | Heren 4 | 3-1 |
| Alkmaar 9 | - | Heren 5 | 0-13 |
| Veteranen | - | Laren A | 1-13 |

SORRY. . . . . .

Eén van de te gekke dingen in het huishouden vind ik het te drogen leggen van pasgewassen washandjes.

IK

Aan de meisjes en jongens van de erehaag in het gemeentehuis te Heemstede op 11 oktober 1975.

Wat een verrassing was het voor ons toen we na de huwelijksvoltrekking in het Gemeentehuis te Heemstede de trap aflopend zo'n grote erehaag van Zandvoort en Rood-Wit jeugdleden zagen.
De hockeyclub Zandvoort, die Ineke na aan het hart ligt en de A.M.H.C. Rood-Wit, die bij Hans een belangrijke plaats inneemt, hebben door jullie aanwezigheid ertoe bijgedragen, dat onze trouwdag een groot festijn is geweest, waaraan wij heel lang hopen terug te denken.
Wij bedanken jullie voor jullie komst naar het gemeentehuis te Heemstede en betrekken in onze dank tevens de besturen, jeugdcommissies en/of jeugdbesturen van de beide verenigingen.

Hans en Ineke Wentholt-Hesselink.

Zandvoort Dames I - Rotterdam Dames I.

Na een koude week speelden we zondag op een goed veld met een heerlijk zonnetje. Twee weken geleden hadden we in Rotterdam gespeeld en met 2-0 verloren; we waren dus al enigszins gewaarschuwd voor deze dames. De eerste helft bleef de stand 0-0, toch hadden we al aardig wat kansen gehad.
In de tweede helft bleven we in de aanval en niet zonder resultaat, dus uit de combinatie Yvonne en Pauline kwam een mooi goal. Toch wist Rotterdam ook aardige aanvallen op te bouwen, maar door geweldige reddingen van Willeke, Monique en renée, die werkelijk hun dag hadden vandaag, kwam het niet tot een doelpunt. Maar de stand bleef niet 1-0 in ons voordeel, want door een strafcorner aangegeven door Mieke Hamann wist Mieke Levert de bal er keurig in te werken, dus 2-0. We hadden de smaak te pakken en in de laatste 10 minuten weer uit een strafcorner van Mieke Hamann, gaf Ineke een slag en werkte Pauline de bal in de goal 3-0, en dit was ook de eindstand. Noor debuteerde goed, en heeft het tot een paar goede schoten op het doel weten te brengen. De toeschouwers vertelden ons, dat het een leuke wedstrijd was om naar te kijken, jammer voor hen, die het niet gezien hebben. Maar ach, misschien volgende keer beter.

HK.

ZHC Veteranen - Laren Veteranen: 1 - 13.

Ja, de lezer dezes vergist zich niet, wij kwamen na twee keer 35 minuten hockey terecht op een nederlaag van 13-1. En toch heeft André goed gekeept. En ook heeft -althans in de eerste helft- iedereen in ons elftal geprobeerd er van alles aan te doen. Maar tegen deze samenbundeling van klasse was eenvoudig niets te beginnen. Het hele elftal van Laren had eerste klasse gespeeld en er waren enkelen bij, die jaren in het nederlands elftal hebben gespeeld en zelfs één, die de nederlandse kleuren op de Olympische spelen heeft verdedigd; mogen we dan verliezen ? Toch begon het allemaal niet eens zo slecht. Na 10 minuten met 1-0 achter daarna een prachtig doelpunt van Ton Koolhaas 1-1.
Toen raakten we wat verder achter, maar bijna had Gies Sterrenburg er 2-2 van gemaakt. De rust gingen we in met 4-1 achter.

Toen echter ging Laren het tempo wat verhogen en vlogen de doelpunten om de oren als rijpe tomaten. Maar dat moet mij van het hart. Wat hebben verreweg de meesten van ons genoten van dit uitgebalanceerde spel, waar iedereen zijn plaats wist en waar bijna niet bij werd gepraat. Wij hebben op een uiterst prettige manier hockeyles gehad. Daarbij komt dan ook nog dat de wedstrijd op een zeer correcte en weinig storende manier werd geleid. Nogmaals bedankt Ineke Lach de Bere en Pim Hennis senior. Volgende week spelen wij weer thuis en aangezien onze laatste man André van een welverdiende vacantie gaat genieten hebben we Bertus Balledux kunnen strikken onsdoel te trachten schoon te houden. Dus oude fans van Bertus: komt dit zien.

Jaap K.W.

WEDSTRIJDPROGRAMMA SENIOREN VOOR 26 OKTOBER 1975

Heren

| | | | |
|---|---|---|---|
| Hermes | - Zandvoort I | - 14.30 uur | Rozemeyer / Kuipers |
| Zandvoort III | - Haarlem II | - 12.30 uur | B.Bregman / G.Sterren- |
| Zandvoort IV | - Terriers III | - 14.30 uur | E.J.Meyer jr/+ / burg |
| Zandvoort V | - Scheybeeck VI | - 14.30 u | C.v.Oorschot/R.Eysvogel |
| Zandvoort Veteranen | -Roomburg Vet. | - 14.30 u | P.Hennis sr. /Jo Steiner (+ B.Laguna) |

Zandvoor II - Eechtrop II - 11 uur J. Meyer / J.v.d. Brom

Dames

| | | | |
|---|---|---|---|
| Kampong I | - Zandvoort I | - 11.00 u | Schetters / v.d. Bos |
| Zandvoort II | - Rotterdam II | - 12.30 u | D. Polak / R.v. Leeuwen |
| Zandvoort III | - VVV II | - 11.00 u | R. Eysvogel / G.v.Leenderts |

Hermes: Terrein te Den Helder. Sportpark "Donkere Duinen". Bij Vliegkamp "De Kool" linksaf slaan, de Doggersvaart op; deze uitrijden, Jan Verfailleweg oversteken en Bremstraat volgen tot betonpad bij de velden.

Verzamelen: om 12.30 uur in het clubhuis.

Kampong: Terrein Laan van Maarschalkerweerd, Utrecht Oost. Rijksweg 22 (E 8) afrit Utrecht Oost, daarna langs Stadion Galgenwaard Herculeslaan en Laan van Maarschalkerweerd.

Verzamelen bij Fam. Muller om 9.00 uur.

OPSTELLINGEN:

Dames I — W. Tengnagel, R. Hagenaar, B. ter Steege, H. Keislair, I. Lach de Bère, P. Goll, M.v.d. Staak, Y. Oovaa, M.Levert, M. Hamann. Reserves: K. Meijer, M. Eysvogel, I. Wentholt, No. 11 wordt do. bekend gemaakt.

Dames II — D.v. Geijzel, M. Gerus, H. Koster. L. Koster, M. Eysvogel, K. Meijer, I. Wentholt, A. Poelman, N. Hamann, L. Leffelaar, A. Weber, J.v.d. Does, res. N. Lindeman, (1 van de 12 speelt in dames I, wordt donderdag avond besproken.)

Dames III: C. Balledux, Tr. Brockhus, T.v.Hemert, L. Vis, W. de Roo, A.v.d. Wolde, M. Gielen, I. Tuininga, B. Jonkman, T.v.d. Bergen, A. Vasterman, Res. J. Taverne.

Bardiensten: Zaterdag 11.45 uur Mevr. Scholte en René en Sonja Scholte.

Zondag 10.00 uur - 13.30 uur de dames A. Joustra, R. Koolhaas, J.v. Dijk, Kassa: T.v.d. Bergen, vanaf 13.30 uur de dames E. Donker, T.v. Hemert, a.v.d. Wolde, W. Bregman, W. Rinkel.

Opstellingen:

Heren I : R. Roodhart.
W. Venekamp 020-251622, H. Eysvogel, R. Strang. J.L.v.Deene, B. Jessurun, J.v.d. Tak, T. Gatsonides, P. Stuijfzand, S. Joustra, M. Polak, 12e M. Eysvogel.

Heren II : T. Faber, R. Scholte, P. Hennis, J.Steiner, 023-341346, E.J. Meyer, H.de Jong, E. Stalenhoef, O.v.Dijk, M.Eysvogel, H.v. Bergen, res. 12e. H. Eysvogel, T. Gatsonides.

Heren III: T. Hamann, G.v. Leenders 020-356657, J. Urot, B. Goll, J.W. Tuininga, D. Hennin, C.v. Oorschot, E. Ganzeboon, F. den Hartog, H. Freriks, J. Gerus.

Heren IV: J. Goezinne, H. Hennis, M. Vis 3404, P.v.d. Staak, A. Dekker, W. Person, A. Jonker, P. Dikker, M. Neerincx, J. Neerincx, J. K. Wentinck, res. O.v. Eekeren en K. Poelman.

Heren V : R. Molenaar, 6990 P. Joustra, J. v. Vessem. R.v.d. Fange, R. v. Leeuwen, H. Breeuwer, D. Roodhart, J. Vis, C. Polman, B. Sanders. J. v. Hemert, res. A. Joustra.

Veteranen: Opstelling voor zondag 26 Oktober

Bertus Balledux, J. v.d. Broek, R. Jansen, P. Keur, J. Kuijpers Wentink, J.v.d. Bergen, F. Rinkel, H. v. Eekeren, T. Koolhaas, B. Bregman,
Reserves: Jo Aalbers, G. Sterrenburg, M. Perroes.

J E U G D K A N T J E S

Voor aanstaande zaterdag zijn geen competitiewedstrijden gepland en we hebben daarom geprobeerd voor de teams vriendschappelijke wedstrijden te organiseren. Helaas is dit niet gelukt voor jongens C. We vinden dat ontzettend jammer, maar echt we hebben ons best gedaan. Overigens zijn er zaterdag erg leuke wedstrijden om naar te kijken. We rekenen op jullie.

Op de teams die wel spelen rekenen we natuurlijk ook. Wij hebben ons best gedaan wedstrijden voor jullie te organiseren. Laat zien dat je dit waardeert en zeg niet af.

Mark, René, Sonja

Een opmerking voor jongens B1: Er wordt van jullie verwacht dat er getraind wordt. Er wordt gecontroleerd door de coach.

WEDSTRIJDPROGRAMMA VOOR ZATERDAG 25 OKTOBER 1975

| | | | | OPSTELLINGEN: |
|---|---|---|---|---|
| MEISJES | | | | |
| Zandvoort A1 | - | Alkmaar A1 | - 13.30 uur | ongewijzigd |
| Zandvoort B1 | - | Reigers B1 | - 12.15 uur | zie hierna |
| Bloemendaal C2 | - | Zandvoort C1 | - 14.00 uur | ongewijzigd |
| JONGENS | | | | |
| Zandvoort A1 | - | Reigers A1 | - 12.15 uur | ongewijzigd |
| Zandvoort A2 | - | Alkmaar A2 | - 13.30 uur | " |
| Zandvoort B1 | - | Reigers B1 | - 12.15 uur | zie hierna |
| Zandvoort C1 | - | vrij | | |

OPSTELLINGEN

Meisjes B1: M.v. Noorden, L. Mulder, M. Fens, L. Flessedrager, N. Dorst, A.v. Bergen, K. v.d. Staak, L. Gaus, L. Balledux, A. Claessens, M. Rinkel.

Coach: F. Rinkel, tel. 5020

Jongens B1: R.L. Dekker. R. Leffelaar. D. Nievelt, V. Bakels, J.H. Poelman, B. Bakker, H. Lenselink, W.F. Steehouwer, O. Poelman,
10e en 11e man worden nog bekend gemaakt.

Verzamelen: Meisjes C: vertrek van de Tol om kwart voor één. We gaan op de fiets. Aërdenhouters gaan rechtstreeks.

Meisjes Zandvoort A1 - Strawberries A1

Voor de tweede maal in dit seizoen moesten we aantreden tegen het sterke Strawberries. De eerste keer dat we tegen hen uitkwamen was op de tevens eerste competitiezaterdag. Toen was het bloedheet wat ons spel zeker niet ten goede kwam. Bovendien waren we die keer nog niet op elkaar ingespeeld. Tot de rust bleef het toen 0-0, maar daarna vlogen er in eens 5 ballen ons doel in.

Met Marjolein weer in onze gelederen en Birgit Jonkman al invalster begonnen we de wedstrijd. De hele eerste helft hielden zowel de keepster van Strawberries als Ineke hun goals schoon. De tweede helft begonnen we weer vol goede moed en vastbesloten het verloop van de wedstrijd in de hand te houden. Beide partijen waren goed tegen elkaar opgewassen. Nadat ong. 15 minuten voorbij waren gegaan scoorde Moos door goed in te lopen op een gestopte bal van de Strawberries keepster, 1 - 0 !! Onze tegenstanders waren er nu extra op gebrand een doelpunt te zetten maar dit bleek onmogelijk voor hen mede door geweldige reddigen van Ineke die zoals gewoonlijk ontzettend goed keepte. De wedstrijd eindigde dus in een 1-0 winst voor ons. Hierdoor staan we nu samen met Strawberries op de 4e plaats. Zaterdag a. s. spelen we een vriendschappelijke partij tegen Alkmaar A1 op onze eigen velden. Een goede oefening voor het grote werk.

Overigens kunnen we best wel wat aanmoedigingen gebruiken. Neem je broers, zusters, vader moeder en andere bekenden mee.

Meisjes A1, Sonja

Jongens A 1 - H.B.S. A1 1-2

Vol goede moed kwamen we het veld in, omdat we vorige keer van HBS hadden gewonnen en temeer daar hun laatste man met een gipsen been was gesignaleerd. De overwinningsroes werd compleet toen we door een strafbal, met één tegen nul voor kwamen te staan.

De totale ontnuchtering volgde echter snel in de tweede helft. Een strafcorner die op nogal onbeheerste wijze bij ons in het doel werd gehengst en dat dan nog wel op een hoogte van pakweg één meter vijf en negentig, wat dan tevens de ooghoogte is van de schrijver die toevalligerwijs in het goal stond. Nog zeker niet verslagen togen wij wederom ten strijde, wat resulteerde in een kwartier lang "beuken" tegen de defensie van de tegenstanders en slechts één doelrijpe kans, die vakkundig om zeep werd geholpen. Tot overmaat van ramp volgde er een aanval van H.B.S. waarna een dubieuze strafbal volgde. Deze koel genomen bal betekende voor ons een grote desillusie. De laatste vijf minuten waren te kort om nog iets aan deze geflatteerde uitslag te doen.

René Scholte, Jongens A1

Gezelligheid kent geen Tijd.

Op het moment dat ik opmerkte dat de puzzlerit waaraan ik deelnam toch iets té moeilijk was, stond ik reeds met m'n auto midden op enige hockeyvelden. Daar ik de weg ongetwijfeld niet meer terug zou vinden, besloot ik maar te blijven.

Allereerst begaf ik mij naar de wedstrijd van de A-jongens. Nu had ik wel eens iets gelezen over de snelheid die zo'n bal kan aannemen, maar desalniettemin was het een ongekende ervarin. Ook viel het mij op dat deze jongens over een uitermate goede conditie beschikten wat, naar later bleek, een resultaat was van de trainingen v/d man met borst als kleerkast. Ik verbaasde mij te-

vens over het feit dat op de velden van Zandvoort, de tegenpartij een grotere supportersschare achter zich had staan dan de thuisclub, iets wat op mijn denksportvereniging nog nooit is voorgekomen.

Nadat ik verder de gehele wedstrijd van Meisjes C had gezien waarbij mij vooral het enthousiasme opviel, toog ik naar het clubhuis. Ondanks dat ik er een vreemdeling was, werd ik hartelijk ontvangen. De bedrijvigheid die zich daar ontplooide was voor mij ongekend, b.v. de vrolijke moeders achter de bar die overal schalen met chips uitdeelden en iederéén die binnenkwam op limonade trakteerden. Ik kon van dit oord niet scheiden en bleef met vele jongelui gezellig napraten over de wedstrijden waarover ik nu ook kon meepraten. Tot ver in de stille uurtjes bleef die gezelligheid gehandhaafd, ook nadat de moeders ondertussen vervangen waren door enige jeugdleden.

Met een brok in m'n keel verliet ik rond zeven uur het gebouw, vastbesloten de volgende week wéér present te zijn.

Een anonieme genieter.

Zandvoort C1 - Amsterdam C1

Het was fijn weer om te hockeyen en dank zij het feit dat we kompleet waren begonnen we vol goede moed. In de eerste helft ging het niet zo best en Amsterdam wist 3 doelpunten te scoren. De tweede helft ging gelukkig een stuk beter, misschien wel omdat we toen luidkeels werden aangemoedigd door enkele enthousiaste ouders. We wisten zelfs 2 mooie doelpunten te scoren. Amsterdam maakte ook nog een goal en zo werd de eindstand 2-4. Al bij al was het weer een een leuke sportieve wedstrijd.

U R G E N T : Om in de volgende wedstrijden tot een nog beter resultaat te komen vragen we ieder dringend geen training over te slaan!

D R I N G E N D:
Beste Ouders, ook uw steun is onmisbaar langs de lijn. Komt u ons allemaal aanmoedigen, misschien winnen we dan wel eens een wedstrijd. We rekenen allemaal op u !

Meisjes C1, Mariette en Manja

Vervoer junioren op zaterdag

We hebben van nog lang niet alle junioren reaktie gekregen op de brief van de jeugdcommissie van enige weken geleden.
Wij verzoeken nogmaals de ouders het strookje in te vullen en aan hun dochter/zoon mee te geven!

UITSLAGEN 18 okt 1975

Poule 107 Jongens A2-Magnus A1 - 2-0
" 102 " A1-H.B.S. A1 - 1-2
" 602 " B1-H.B.S. B1 - 0-6
" 302 " C1-Hermes C1 - 0-10

Poule 601 Meisjes A1- Strawberries A1 - 1 - 0
Poule 702 Meisjes B1- Strawberries B2 - 1 - 3
Poule 801 Meisjes C1 - Amsterdam C1 - 2 - 4

# A S P I R A N T E N - N I E U W S

Meisjes D1: spelen op woensdag 29 oktober a.s. op de velden van Alliance.

Programma: 14.30 uur tegen Eechtrop D2, 15.00 uur tegen H.B.S. D2, 15.30 sneldrijven.

Opstelling: (horen jullie op het veld). S. Bosman, S.v.d. Brom, C. Lindeman, F. Stalenhoef, A.v. Nooijen, K. Toenbreker, M. Tomholt, M. Eysvogel, C. Bluijs, M.v. Toomburg,
(P.Boom en N. Wilkes wisselspeelsters)

Coach: Mevr. Hanrath.

Verzamelen: om kwart vóór twee bij de Tol, Monica staat bij de Bloemenwinkel van Steetskamp.

Terrein: Heemstede, naast RCH-terrein richting zwembad Groenendaal.

Afzeggen: tenminste één dag van te voren bij Mevr. Lindeman, tel. 3224

Jongens D1: spelen op woensdag 29 oktober a.s. op de velden van Eechtrop.

Programma: 14.30 uur tegen Bloemendaal D1, 15.00 uur tegen Eechtrop D1, 15.30 sneldrijven.

Opstelling: (horen jullie op het veld). R. Anderson, S. Fens, W. Fransen, J. Goezinne, E. Hennis, P. Hilarides. W. Jubels, A.v.d. Leden, H. Poelman, F. Rinkel, R. Verlaan, M. Deinum,

Coach: Mevr. Bakels

Verzamelen: half twee bij de Tol, Edgar en Huib bellen Mevr. Bakels.

Terrein: van Loenenlaan naast Sporthal, In Beverwijk 2e straat rechts van de Breestraat, Alkmaarseweg, rechtsaf Heemskerkerweg richting Sporthal.

Afzeggen: tenminste één dag van te voren bij Mevr. Lindeman, tel. 3224

Let goed op: Alle meisjes die niet in D1 spelen worden die middag op onze eigen velden verwacht voor een vriendschappelijke wedstrijd tegen een elftal uit Bennebroek, 2 uur aanwezig zijn!

De ovrige aspiranten komen die middag ook voor extra training en theorie naar onze eigen velden van 2 tot 1/2 4 uur.